Реферат по физкультуре

Подготовьте реферат по одной из тем:

-        Выносливость и её совершенствование в процессе занятий нордической ходьбой (или терренкуром, или оздоровительной ходьбой).

-        Организация двигательной активности и ее влияние на здоровье студента.

Реферат выполните согласно требованиям, представленным в файле.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО НАПИСАНИЮ РЕФЕРАТА

Структурными элементами реферата являются: 1) титульный лист; 2) оглавление; 3) введение; 4) основная часть; 5) заключение; 6) список использованных источников; 7) приложения.

Требования к структурным элементам реферата

Содержание оглавления включает введение, наименование всех глав, разделов, подразделов, пунктов (если они имеют наименование) и заключение с указанием номеров страниц, с которых начинаются эти элементы реферата.

 Введение должно содержать оценку современного состояния решаемой проблемы. Во введении должны быть показаны актуальность темы, цели и задачи, которые будут рассматриваться в реферате, а также методы, которыми воспользовался студент (слушатель) для рассмотрения данной темы работы.

Основную часть реферата следует делить на параграфы или разделы. Разделы основной части могут делиться на пункты и подразделы. Пункты, при необходимости, могут делиться на подпункты. Каждый пункт должен содержать законченную информацию. Глава 1 – Теоретический обзор исследований по данной теме, основные понятия, проблема посвящена объекту исследования. Глава 2 – Теоретическая часть посвящена предмету исследования. Представляется обзор и анализ состояния изученности проблемы. Глава 3 – Теоретическая часть посвящена взаимосвязи объекта и предмета исследования.

Заключение – это краткое изложение главных идей работы. Необходимо дать ответы на поставленные в начале исследования задачи, отразить основные выводы. Заключение должно содержать выводы по результатам выполненной работы;

 Список использованных источников (10–15) приводится в соответствии с требованиями ГОСТ 7.0.5. – 2008 (фамилия, инициалы, название, город, издательство, год издания, число страниц).

В приложения рекомендуется включать материалы, связанные с выполненной работой, которые по каким-либо причинам не могут быть включены в основную часть. В приложения могут быть включены: 1) материалы, дополняющие реферат; 2) таблицы вспомогательных цифровых данных; 2 3) иллюстрации вспомогательного характера; 4) другие документы. Правила оформления реферата.

Общие требования Страницы текста реферата, включенные в реферат приложения, таблицы и распечатки должны соответствовать формату А4. Реферат должен быть выполнен машинописным способом на одной стороне листа белой бумаги. Цвет шрифта – черный, интервал – полуторный, гарнитура – Times New Roman, через полтора интервала, 14 шрифт, абзацный отступ – 1,25 см. Текст реферата следует печатать, соблюдая следующие размеры полей: правое – 10 мм, верхнее, левое и нижнее – 20 мм. **Объем реферата: не более 25 страниц не менее 20.** Все линии, буквы, цифры и знаки должны быть одинаково черными по всему реферату. Заголовки структурных элементов реферата и разделов основной части следует располагать в середине строки без точки в конце и печатать прописными буквами, не подчеркивая. Страницы реферата следует нумеровать арабскими цифрами, соблюдая сквозную нумерацию по всему тексту отчета. Номер страницы проставляют посередине листа в верхнем поле без точки в конце. Титульный лист включают в общую нумерацию страниц реферата. Номера страниц на титульном листе и в оглавлении не проставляют. Ссылки на источники следует указывать порядковым номером по списку источников, в квадратных скобках. Текст….. «Цитата» [1, с. 17].